

Les problèmes de violence à l'intérieur des institutions de police et dans leurs rapports avec la population

Par le Dr Jacques Vigne
Psychiatre (Paris)

Le Dr Jacques Vigne a été formé comme psychiatre à Paris. Ecrivain sur des thèmes de psychologie avec dix-sept livres à son actif, il se rend depuis des années, de temps à autre, dans les prisons pour enseigner des pratiques de relaxation et de développement personnel dans le cadre du SPIP, le 'Service Pénitentiaire d'Insertion Professionnel du Ministère de la Justice français'. Au début de sa carrière, il a aussi enseigné la psychiatrie aux étudiants en médecine dans une université en Algérie, un pays où il a passé 15 mois.

Il est attentif aussi au travail humanitaire en général, et soutient par l'ONG qu'il a fondée, 'Humanitaire Himalaya', l'éducation d'environ un millier d'enfants, principalement en Inde. Il est actuellement en train d'effectuer sa quatrième tournée de conférences et séminaires au Liban.

La conférence s'est déroulée dans L'institut supérieur des Forces libanaises de l'Intérieur, en d'autres termes dans l'Ecole Centrale de Police du pays, dans un grand complexe militaire bien gardé avec la présence, dans l'assistance, du général Hanna qui avait organisé l'événement, du général Fahres et du vice-président de l'Institut, le général Marcellino Farah.

Je suis à la fois heureux et honoré de m'adresser à vous aujourd'hui. Le sujet qui a été choisi est important. Je ne veux pas vous bombarder d'emblée de chiffres, mais il y en a un qui est significatif et justifierait à lui-seul notre rencontre d'aujourd'hui, entre un psychiatre et votre grande institution de Police. Quand on regarde les chiffres, je les ai pour la France seulement, mais ils méritent d'être cités, on s'aperçoit que 40 % des détenus ont eu maille à partir avec la psychiatrie, et que 70% viennent d'une famille où il y a des problèmes psychiatriques. Il y a donc une zone de chevauchement majeure entre la délinquance et la psychopathologie, cela entraîne des conséquences importantes sur la manière juste de gérer les prévenus.

Pour commencer par une distinction de fond, il y a deux manières assez différentes de voir le système de justice. Un système de punition pure et simple, ou un système orienté vers la réinsertion, c'est-à-dire en pratique vers une forme ou une autre de rééducation. La première vision, derrière ses apparences pragmatiques et réalistes, pose un problème éthique de fond : en effet, n'est-il pas fondé sur l'idée de vengeance? On sait bien que cette impulsion de vengeance est à l'origine de bien des violences interindividuelles. Quelle est alors l'autorité morale de la collectivité si elle se fonde sur la même impulsion pour faire respecter la loi? Clairement, la vision de rééducation est bien plus satisfaisante éthiquement, et cette vision implique beaucoup de compréhension psychologique, ainsi qu'une coopération bien organisée avec les professionnels de la psychologie.

Nous allons envisager deux questions successivement, comment rendre plus paisible les rapports des forces de police avec la population, puis comment diminuer les tensions interpersonnelles à l'intérieur même du corps de police.

Comment réduire la tension entre la police et la population.

Avec ma formation en psychologie et psychiatrie, j'aurai tendance à souligner d'emblée la symétrie qu'il y a entre l'image que la police donne à la population et celle qu'elle a d'elle-même.

Nous revenons à cette question de fond, est-ce que l'agent de police se vit comme punisseur ou au contraire membre d'un réseau de rééducation de citoyens ou citoyennes en difficulté ? Dans ce dernier cas, il représentera certes le rôle de celui qui donne les limites, et c'est très important en éducation de façon générale, mais aussi comme le membre d'un réseau qui peut proposer bien autre chose, depuis la psychothérapie jusqu'à l'aide à la réinsertion sociale. Je pense que dans la police, comme en psychiatrie ou dans l'enseignement, on trouve les deux types de profils, ceux qui estiment qu'entretenir des liens positifs et efficaces avec les services sociaux est un surcroît de travail et ne fait pas partie de leur mission, et ceux qui sont capables au contraire de reconnaître l'aspect fondamental de cette collaboration. Mon cœur penche bien sûr dans le sens de la seconde option. La société humaine génère quotidiennement des injustices. Le policier est celui qui peut et doit les combattre, mais son image dans le public est ambivalente, car il peut aussi inverser ses valeurs et passer de l'autre côté. On pourrait appeler cela un phénomène de contamination. Il existe aussi en médecine. On s'est aperçu que la source d'infection la plus fréquente à l'hôpital n'était pas les sols mal lavés, mais les mains des médecins s'ils ne se les lavaient pas entre deux patients. De même en psychiatrie, ce phénomène est fréquent, la dépression des patients finit par déteindre sur l'état intérieur du psychiatre, et il en va de même pour les autres pathologies.

En tant qu'êtres humains, beaucoup plus que les autres animaux, nous possédons des neurones miroirs, qui font que nous reflétons le visage de la personne en face de nous dans ses moindres contractions musculaires. Ces neurones miroirs sont le fondement de la vie sociale. Ceux qui ne savent pas regarder la face de l'autre sont : soit autistes, soit particulièrement violents. Cependant, à l'autre extrême, ceux qui ne savent pas faire le tri dans les messages qu'ils reçoivent par le visage des autres, peuvent devenir comme des éponges, tout absorber et devenir non seulement anxieux, mais peut-être même schizophrènes, c'est au moins une théorie pour expliquer l'origine de ce trouble. Une technique concrète que j'utilise quand j'ai à faire à des personnes perturbées, c'est de m'asseoir tranquillement, et de repenser à eux en observant de très près mon visage. Je vois alors que leurs traits ont tendance à s'imprimer sous forme de tensions sur mon propre visage, comme un masque. Je détends alors en profondeur toute ma face, ce qui fait tomber naturellement le masque, comme s'il se décollait, jusqu'au moment où le visage d'une autre personne perturbée que j'aurais vue récemment remontera, et je ferai de nouveau la relaxation du visage jusqu'à ce que le nouveau masque tombe. Ainsi, j'aurais après quelque temps de ce travail, un tas de « masques » visualisés à mes pieds, et les perturbations de ces personnes ne seront plus en moi.

En psychologie, on considère que la question du transfert est centrale. Si le thérapeute est valorisé par le patient grâce à ses qualités humaines et à son savoir, la thérapie fonctionnera, sinon ce ne sera pas le cas. Le transfert de la population sur la police est fort, elle représente typiquement l'image du père et du sauveur contre l'injustice. D'innombrables films sont nourris par ce type de transfert. Un enfant qui est battu injustement par des garnements dans la cour de récréation a tendance à dire : « Vous allez voir, Papa va venir et vous donnera une correction ! ». Cette image de redresseur de torts a tendance à se manifester aussi sous forme de figures divines. Je connais par exemple une région de l'Himalaya, au nord-est de Delhi, où la divinité principale est très ancienne, elle était probablement là avant même l'hindouisme. On l'appelle Golou Maharaj et sa fonction principale est de réparer l'injustice. Son nom même Golou signifie en hindi « rond », et elle est effectivement là pour arrondir les angles de l'iniquité. Il semble que celle-ci soit bien répandue, car tout au long de l'année, le temple ne désemplit pas. La notion même de Dieu le Père dans le monothéisme, surtout dans le christianisme, a clairement dans ses fonctions celle de réparer l'injustice. Tout cela pour dire à l'inverse que la population a une tendance inconsciente profonde à voir la police comme Dieu, d'où aussi l'intensité de sa déception quand celle-ci n'est pas à la hauteur. Ce n'est pas rien psychologiquement pour des policiers de recevoir un tel transfert. C'est peut-être le moment de se souvenir de la prière d'un saint de l'Inde, si je me souviens bien c'était Toukaram au XVI^e siècle : « Seigneur, les gens croient faussement que j'ai une haute réalisation spirituelle. Fais-moi au moins la grâce de vraiment progresser, afin de moins les décevoir ».

Dans l'éthique religieuse, on insiste sur le fait qu'il faut distinguer le pécheur du péché, la personne de l'acte. Cela doit rester le fondement d'une action juste en tant qu'hommes ou femmes représentants de la loi. Et ce message doit être passé clairement aux inculpés, en leur expliquant qu'ils sont sanctionnés à cause d'un acte et non pas parce qu'on pense qu'ils sont intrinsèquement mauvais. Si on voit même un semblant de qualité dans un prévenu, il ne faut pas hésiter à le lui souligner. Cela lui permettra d'avoir une meilleure image de lui-même qui lui évitera de glisser dans la spirale descendante des rechutes dans la délinquance, voire de commettre un passage à l'acte suicidaire. Cela arrive malheureusement trop souvent, par exemple chez des inculpés quand ils apprennent qu'ils sont condamnés pour une longue peine.

J'ai été très frappé par l'exemple d'un village indien, où l'on a installé tout un groupe de détenus en seconde moitié de peine. On avait évité, certes, d'y mettre des criminels en série. Ils étaient en liberté, s'occupaient de gagner leur vie avec leur petite profession, et on leur demandait juste d'être la nuit chez eux. Le directeur de cet institution plutôt particulière, où ils n'avaient en fait pas eu d'évasions, résumait ainsi son expérience à propos de ce groupe : « Il s'agit de bonnes personnes qui ont fait une grosse bêtise ». Le fait est, là encore je cite les statistiques françaises que je connais, que la plupart des crimes de sang, ou des viols, sont une première et unique fois pour un bon nombre d'inculpés.

Comment gérer les problèmes de violence à l'intérieur du corps de police lui-même

J'ai dans mes ascendants un colonel d'infanterie, qui a été ensuite député également et auteur de romans de guerre qui ont été très populaires à son époque. Il a été tué au front. Il était très aimé de ces hommes. Des livres ont été écrits sur lui et une promotion de l'école française d'officiers, Saint-Cyr, a été nommée d'après lui. Je me souviens bien de ce qu'il disait globalement de son métier de colonel en temps de paix : au-delà de la technique militaire, il se voyait au fond comme un éducateur de ses hommes, c'était à l'époque de la circonscription obligatoire où le service militaire était pour beaucoup la seule période de leur vie où les jeunes hommes allaient sortir de leur village. Je pense qu'il s'agit d'une belle conception du métier de responsable militaire, où l'institution représente une famille où chacun doit essayer de grandir ensemble et non pas de régresser. Les difficultés elles-mêmes deviennent alors des stimuli pour progresser.

Une nouvelle forme de violence intra-institutionnelle est le harcèlement sexuel d'un gradé envers une subordonnée femme. Le dérapage est d'autant plus fréquent que le fait même d'être dans la police habitue à avoir un pouvoir sur les autres, ce qui peut tourner aux idées de toute puissance, comme on dit en psychologie. Une première solution est, bien sûr, de faciliter le recours de la

victime aux instances supérieures, y compris des gradés, femmes, sans risques de représailles ou de conséquences fâcheuses. Une seconde solution est psychothérapique, car il s'agit clairement d'un problème psychologique. La justice a maintenant de plus en plus souvent recours à l'obligation de soins psychothérapiques, par exemple dans les cas d'addictions ou de perturbations sexuelles. Le lien entre ces deux tendances a d'ailleurs été clairement mis en relief par un grand spécialiste français d'addictologie, le Pr Michel Reynaud au CHU de Kremlin-Bicêtre en région parisienne.¹ Il appartient aux responsables de chercher des psychothérapeutes compétents et de recourir régulièrement aux mêmes professionnels, pour que ces derniers puissent développer une meilleure habitude du milieu de la police. Il faudra de plus vérifier que l'engagement de départ est bien observé par le sujet en soin, c'est-à-dire qu'il suit régulièrement les séances.

On dit en français : « Charité bien ordonnée commence par soi-même ». Si des femmes du corps de police sont victimes de harcèlement sexuel, elles doivent certainement agir pour redresser ce qui n'est pas juste, dans le sens d'une adaptation de l'ancien proverbe de la manière suivante : « Justice bien ordonnée commence par soi-même »

Nous avons parlé des risques de contamination psychologique professionnelle dans divers métiers. Une des formes que peut prendre cette contamination est, pour un supérieur, de considérer que la moindre remise en question de ses décisions par un subordonné, est comme un acte de délinquance qu'il faut sévèrement punir. Pourtant, ces subordonnés qui sont confrontés à la réalité du terrain, peuvent souvent offrir des suggestions valables, et le supérieur doit être capable de mettre de côté son ego pour les écouter. Ce problème n'est pas particulier à la police, de nombreuses entreprises ont mis en place une partie de leur management dans le sens « down-up », en remontant l'échelle hiérarchique et ont remarqué que le travail se déroule avec plus de douceur et d'efficacité.

A propos du rapport entre violence et sacré, l'auteur de référence est René Girard, avec son livre marquant *La violence et le sacré* paru dans les années 70. Il y soutient que les groupes humains, y compris religieux, ont tendance quand ils ont des problèmes, à chercher des boucs émissaires et à les sacrifier pour se réunifier, quant à eux, temporairement. A l'intérieur d'une institution, les femmes souvent en minorité peuvent servir de bouc émissaire, ou les membres d'une communauté minoritaires, ou tout simplement ceux qui ont vécu à l'étranger. La moindre différence peut être le prétexte pour être pris comme bouc émissaire. Ce mécanisme est réellement pathologique, il est pourtant très fréquent et même toléré implicitement. On a besoin à la fois de la vigilance et de la bienveillance de tous pour éviter de tomber dans ce piège. De plus la police peut être utilisée par certains pouvoirs dans la société pour sévir contre des personnes ou des groupes qui sont, en fait, les boucs émissaires d'une société en crise. Les forces de police doivent faire preuve de discernement et de responsabilité individuelle, pour ne pas rentrer dans ces mécanismes qu'on rencontre souvent.

Si on veut approfondir la question de la non-violence, les livres de Jean-Marie Müller sont à méditer. Certains comme le *Dictionnaire de la non-violence* ou *Désarmer les dieux* sont publiés par mon éditeur, Le Relié. Il est d'ailleurs venu plusieurs fois au Liban pour des conférences. Il se définit comme chrétien inspiré par le Mahatma Gandhi, et s'oppose à la religion instrumentalisée pour devenir une violence politique. Il insiste par exemple sur l'effort à faire pour éviter de glorifier la violence du passé, si on veut que les nouvelles générations ne tombent pas dans la même ornière. Par exemple, j'ai vécu quinze mois en Algérie en tant que psychiatre-coopérant, et enseignant de psychiatrie à l'Université. Les jeunes générations là-bas ont été bercées dans l'idée que le soulèvement populaire pour l'indépendance, qui a pris souvent la forme de terrorisme pur et simple, a été la page la plus glorieuse de l'histoire nationale. Par conséquent, quand ils ont vu que leur pays souffrait d'une forme de dictature militaire, ils ont utilisé la violence et le terrorisme pour s'exprimer, et cela a produit environ 160000 morts finalement pour rien.

Moyens d'action pour former à la non-violence dans la vie institutionnelle et sociale

¹ Pr Reynaud Michel *Passion, amour, sentiment, on ne pense qu'à ça*. 2010

- 1) *La médiation*. C'est une nouvelle activité qui est très développée au Canada et qui prend aussi racine en France, même dans des endroits reculés. Le médiateur est dans une grande institution dont il connaît bien les rouages, tribunal, hôpital, centre de sécurité sociale et gère de façon rapide et si possible efficace les plaintes et demandes des clients qui se sentent lésés par l'administration. Cela économise le temps et l'argent nécessaire pour un tribunal administratif. Il y a une formation dans ce sens qui a lieu régulièrement depuis dix ans à Beyrouth, à l'Université Saint-Joseph. L'administration de la police pourrait bénéficier grandement de l'introduction de médiateurs, à la fois en interne et en externe, vis-à-vis du public. Cela mettrait, en quelque sorte, de l'huile dans les rouages de la machinerie administrative, et renforcerait la confiance des citoyens envers leurs forces de l'ordre.

<https://cpm.usj.edu.lb/en/>

Une formation de médiation à l'USJ de Beyrouth

http://www.mediation-training-institute.com/index_de.php

Un Institut international de méditation.

- 2) *La Communication Non-Violente (CNV)* de Marshall Rosenberg. Ses techniques font partie aussi des pratiques de médiations. Les psychologues qui animent les formations ont des grilles assez pragmatiques de l'analyse des conflits courants, qu'ils soient au niveau de la famille ou de l'entreprise. Ils attirent l'attention, par exemple, sur le fait de ne pas tomber dans des généralisations hâtives à propos de la personne qui nous irrite, de savoir exprimer clairement son ressenti de gêne vis-à-vis d'elle au lieu de l'agresser purement et simplement, de savoir reformuler paisiblement ce qu'elle nous dit pour qu'elle puisse évoluer tout en se sentant écoutée et comprise, et finalement de lui faire une demande de changement limitée et assez facilement réalisable. Prenons un exemple :

Un père qui revient à la maison, fatigué du travail, est irrité par la musique à plein volume mise par son fils. Le glissement vers le conflit viendra quand il lui dira quelque chose du genre : « Tu mets toujours la musique trop fort, je t'ordonne désormais d'arrêter tout cela ! » Ce propos met d'emblée dans un rapport de force qui évoquera donc, automatiquement, une réponse forte du fils. De plus elle est fondée sur deux généralisations hâtives, l'une dans le passé (tu mets toujours ta musique trop fort) et l'autre dans l'avenir (désormais, jamais plus). Une manière plus judicieuse de faire pour le père serait de dire : « Je sens que je suis fatigué ce soir, et qu'aujourd'hui, ta musique est trop forte pour ce que je peux supporter. Je comprends que tu aimes ce volume pour te réveiller, mais peux-tu le diminuer pour ce soir ? » Ceci est un exemple, bien sûr simple, mais la méthode est suffisamment efficace et raffinée pour être utilisée dans un grand nombre d'institutions et de sociétés publiques ou privées.

<https://www.cnvc.org/iit/2017-mideast-iit>

Un séminaire de CNV qui réussit à réunir Israéliens et Palestiniens. La CNV a organisé des séminaires avec les membres de l'administration palestinienne à Ramallah.

<https://www.cnvc.org/about-us/around-world/nvc-around-world>

On the worldwide outreach of the method

<http://www.cnvformations.fr/index.php?m=10&ms=143>

Le site officiel en français et les organisations où la CNV s'implique

<http://www.communication-non-violente.com/>

Un petit livre de présentation

- 3) *La méditation de pleine conscience*.

Elle est fondée sur une méthode très ancienne de balayage du corps par la conscience, en acceptant les sensations telles qu'elles sont. De cette façon, elles se rééquilibrent d'elles-mêmes, n'étant pas dérangées par l'intervention d'un volontarisme intempestif. On y associe l'observation du souffle

naturel et quelques postures de yoga. C'est la méthode qui donne lieu depuis 25 ans à la plupart des études scientifiques effectuées sur la méditation, il y en a eu plus de 500 publiées en 2016 dans des journaux de médecine et de psychologie, principalement en anglais. Elle a commencé à se répandre dans 200 hôpitaux américains, mais s'est vite étendue à des domaines autres que la santé, comme le soin des vétérans de l'armée qui souffraient souvent d'un type, ou d'un autre, de névrose post-traumatique, et cela dans l'armée elle-même pour combattre le stress des entraînements et des périodes de combat, et dans le milieu de la justice. On trouve sur Internet beaucoup d'informations sur cette méthode, et aussi un livre *A Mindful Nation* d'un sénateur américain, Tim Brian, que j'ai pu écouter dans un congrès à Denver, au Colorado. Après avoir présenté les preuves scientifiques de l'efficacité de cette méthode, en particulier dans le domaine de la prévention, il demande au gouvernement de soutenir la création d'un centre de méditation dans chaque ville, avec comme public préférentiel, ceux que nous venons de mentionner.

Pour ce qui est spécifiquement de l'application de la pleine conscience dans les forces de police, on pourra consulter les liens suivants :

http://www.oregonlive.com/hillsboro/index.ssf/2014/04/mindfulness_in_policing_hillsb_1.html

où on apprend qu'un programme de pleine conscience de 4 ans, à partir de 2009 pour les Marines, a reçu un budget de 1, 7 millions \$ du Ministère de la Défense américain.

http://www.huffingtonpost.ca/2016/04/13/peel-police-meditation_n_9684274.html

http://greatergood.berkeley.edu/article/item/how_mindfulness_is_changing_law_enforcement

<http://www.spiritvoyage.com/blog/index.php/from-police-officer-to-peace-officer-meditation-and-cops/>

sur une expérience de formation en pleine conscience, avec en tout 1000 policiers.

<https://www.headspace.com/blog/2015/01/15/mindfulness-and-policing/>

<https://www.theguardian.com/society/2016/jun/14/mindfulness-police-rising-stress-anxiety-depression>

http://www.lemonde.fr/m-moi/article/2015/06/05/la-pleine-conscience-regne_4648585_4497945.html

4) *L'EMDR et le traitement du Syndrome Post-traumatique.*

Je vous parle de ce sujet maintenant parce qu'en tant que policiers, vous êtes les premiers à recevoir les gens qui viennent porter plainte pour agression, vol, viol, violence familiale et autres. On a remarqué de plus en plus qu'on pouvait éviter le Syndrome de Stress Post-Traumatique (SSPT, en anglais PTSD Post Traumatic Stress Disorder) en agissant rapidement. Le principe de l'action est simple : pour combattre le stress et lui couper en quelque sorte sa racine corporelle, induire chez le sujet une relaxation profonde. Cela peut se faire par l'administration de bêta-bloquants le plus tôt possible après l'évènement, et encore mieux par une consultation rapide avec un psychothérapeute, qui peut appliquer par exemple la méthode de l'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing). On se sert de mouvements latéraux des yeux pour finalement changer le sens de l'équilibre et induire une relaxation inhabituellement profonde. Il serait facile de faire une feuille d'information avec l'aide d'un psychologue et de la mettre à disposition des sujets venant au commissariat après un évènement traumatisant, avec des adresses d'orientation pour ce genre de traitement, par exemple dans des centres de santé publique où un psychologue connaît l'EMDR, ou sinon en privé. Cela rendra service aux patients, pour lesquels la situation de trauma est a priori exceptionnelle.

Pour aller plus loin

<https://www.emdr-france.org/>

Le site officiel en France

<https://www.youtube.com/watch?v=a2z9uydo3x8>

Une vidéo pratique en français

En conclusion, juste une dernière réflexion : travailler dans la police n'est pas facile, on a beaucoup d'attente envers les membres des forces de l'ordre, à cela s'ajoute les tensions relationnelles du travail dans une grande institution, tout cela peut mener au découragement. Une façon de faire face à cette tendance est de savoir revenir à son idéal de départ, et se souvenir de pourquoi on a choisi de travailler dans cette institution.